

CODEV RELATIONS EN FAMILLE

Changez de point de vue !

« Le groupe de Codéveloppement est une approche de développement pour et par des personnes qui apprennent les unes des autres afin d'améliorer leurs pratiques sur des situations professionnelles ».

Adrien Payette et Claude Champagne, co-concepteurs de la méthode du Codéveloppement professionnel.

Nous proposons cette méthode, adaptée à des problématiques personnelles.

INTENTION :

- Vous voulez résoudre un problème personnel relationnel
- Vous aimez des solutions applicables et concrètes
- Vous souhaitez avoir de nouvelles façons de réguler vos relations
- Vous êtes convaincu de la puissance de l'intelligence collective

Ces séances qui allient méthode et réflexion permettent grâce à un processus encadré et collaboratif de faire émerger de nouvelles possibilités face à des problématiques personnelles.

PROGRAMME :

S'ouvrir à des solutions créatives et s'enrichir de l'expérience de chacun pour apaiser ses relations.

Le CODEV est un processus en 6 temps :

1-Exposer la problématique : 1 personne du groupe « client » expose sa problématique et ce qu'elle vit.

2-Clarification : les autres intervenants « consultants » viennent questionner afin de clarifier ce qui a été exposé

3-Contractualiser : le client suite à la clarification reformule sa demande et son attente

4-Consulter : les consultants livrent leurs impressions, leurs conseils, leurs suggestions, tout ce qui peut aider à agir

5-Esquisser le plan d'action : le client pose son prochain pas et indique les idées qu'il retient.

6-Faire émerger les apprentissages : chacun s'exprime de ce qu'il a vécu de la situation et ce qu'il en retire.

EN PRATIQUE :

- Cycle de 6 séances avec une séance de 2H/mois – durée totale 6 mois
- Groupe de 6 personnes maximum
- Un engagement dans le groupe pour accompagner les problématiques de chacun

Les + :

- Un apprentissage par l'intelligence et les expériences du groupe
- Une entraide collective au profit d'une problématique individuelle
- Un espace d'écoute bienveillant

INTERVENANTE : CAROLINE TESSE, Coach professionnel, de santé et sophrologue

Passionnée par le fonctionnement humain, je vous accompagne pour créer votre équilibre intérieur et devenir pleinement acteur de votre mieux-être.

TARIF : 480€/personne

